

Директор

14.10.2025



МЕНЮ 14.10.2025

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет.

Наименование блюда	Масса порций	Цена (руб.)	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая**.	200	14,67	7	12	32,64	271,43
Сыр,	30	20,4	7	9		108
Чай с сахаром	200	2,1			15	60
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной*	20	1,14	2	1	9,96	51,8
Итого за Завтрак		41,14	20	23	82	612
Обед						
Салат витаминный (1-ый вариант)	100	15,96	1	5	5,14	73,4
Борщ с картофелем и капустой**.	250	11,31	4	5	14,16	127,75
Рагу из цыпленка	200	29,8	14	13	16,67	243,45
Компот из фруктов	200	2,73			32	132,8
Фрукты свежие (яблоки)	100	10,1			9,8	44,4
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной*.	30	1,71	3	1	14,92	77,7
Итого за Обед		74,44	26	25	117	821
Полдник						
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным**	150	21,39	9	7	49,41	295
Молоко кипяченое *	200	15,6	6	5	9,6	107
Итого за Полдник		36,99	15	12	59	402
Ужин						
Котлета домашняя**	100	56,97	11	15	13,07	249,65
Капуста тушенная...	150	21,85	3	6	11,8	115,5
Чай с лимоном***	200	3,88			15,2	62
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной.	10	0,57	1		4,98	25,9
Итого за Ужин		86,1	19	22	69	574
Второй ужин						
Кисломолочный напиток	180	30,24	4	5	7,2	66
Хлеб ржаной*	20	1,14	2	1	9,96	51,8
Итого за Второй ужин		31,38	6	6	17	118
Итого за день		270,05	86	88	345	2 527

УТВЕРЖДАЮ

Директор

14.10.2025

Капустина Е. Н.

Для документов

МЕНЮ

14.10.2025

2. ОВД для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет.

Наименование блюда	Масса порций	Цена (руб.)	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая**	250	18,12	9	15	40,8	339,29
Сыр,	30	20,4	7	9		108
Чай с сахаром	200	2,1			15	60
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной*.	30	1,71	3	1	14,92	77,7
Итого за Завтрак		45,16	23	26	95	706
Обед						
Салат витаминный (1-ый вариант)	100	15,96	1	5	5,14	73,4
Борщ с картофелем и капустой**.	250	11,31	4	5	14,16	127,75
Рагу из цыпленка***	250	37,15	18	16	21,01	299,23
Компот из фруктов	200	2,73			32	132,8
Фрукты свежие (яблоки)	100	10,1			9,8	44,4
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной*.	30	1,71	3	1	14,92	77,7
Итого за Обед		81,79	30	28	121	876
Полдник						
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным***	200	26,52	12	9	65,88	393,33
Молоко кипяченое *	200	15,6	6	5	9,6	107
Итого за Полдник		42,12	18	14	75	500
Ужин						
Котлета домашняя***	120	68,65	13	18	15,78	301,4
Капуста тушеная.	200	28,9	3	7	8,84	144,23
Чай с лимоном***	200	3,88			15,2	62
Хлеб пшеничный.	50	2,83	4	1	24,4	121
Хлеб ржаной*.	30	1,71	3	1	14,92	77,7
Итого за Ужин		105,97	23	27	79	706
Второй ужин						
Кисломолочный напиток*	200	33,6	5	5	8	100,2
Хлеб ржаной*	20	1,14	2	1	9,96	51,8
Итого за Второй ужин		34,74	7	6	18	152
Итого за день		309,78	101	101	389	2 941